ESPECIAL

Ver la **vida** por debajo del agua

Cozumel y el mar, fusión perfecta en Déborah Andollo

En el mar hay calma. Los ejercicios previos a la prueba se hacen en plena concentración. Silencio. Déborah Andollo practica el pranayama para estar lista antes de someter a su cuerpo, a su vida, a una experiencia más al límite. Todo va según lo planeado.

Los deportes extremos son capaces de llevar al cuerpo humano a sus propios límites. Déborah, una de las mejores presentantes que ha tenido la apnea en los últimos años, ha vivido la experiencia de llegar al límite muchas veces. Muchísimas.

Conocí a Déborah el último día de 2019 en Cozumel, donde reside desde hace varios años. Nos platica desde su casa en la isla en exclusiva con el *Diario de Yucatán* acerca de algunas claves de este deporte y sus sensaciones.

¿Cómo es el comienzo de Déborah en apnea?
Comencé a nadar con 4 años en La Habana. De la natación pasé al nado sincronizado, selectivo que integré durante 10 años.

En 1992, un amigo instructor de buceo me invita como modelo en un campeonato internacional de fotografía submarina. Allí, me retó a bajar en apnea profunda. No tenía ni la menor idea si quiera de cómo compensar la máscara y los tímpanos.

Logré descender a 38 metros de profundidad. Fue una revelación para mí. Llegué a la superficie y alguien dijo: "acabas de lograr el récord nacional de Cuba en lastre constante (un de las varias modalidades de la apnea)". No sabía si era bueno, mucho o poco, pero me fascinó hacerlo.

Después de una vida dedicada a la apnea, y 16 récords mundiales... ¿Te faltó algo por lograr?
Logré más de lo que pensaba que podía. Gracias a ello, aprendí una valiosa lección de vida: hay tanto poder y potencial dentro de cada ser humano, que cuando es bien explotado y bien conducido el alcance es inimaginable.

Tuve una carrera deportiva muy larga. Comencé muy joven y me retiré con 35 años y un bebé. Es decir, toda mi formación y desarrollo físico y mental fue a través del deporte. Con él descubrí que veces el pensamiento no está muy consciente de la potencialidad que habita dentro de uno, la magia sucede cuando logras ese despertar y consigues que el pensamiento y su infinito poder trabaje activamente para lograr las metas.

> "Hay tanto poder y potencial dentro de cada ser humano, que cuando es bien explotado y bien conducido el alcance es inimaginable"

¿Has pasado miedo en algún momento durante una competición?
La apnea profunda es un deporte extremo y de alto riesgos.

Hay dos accidente clásicos que ponen en riesgo el desarrollo de la ejecución en la apnea: la samba o pérdidas de control psicomotor y el síncope o *blackout*. Ambos están asociados al déficit de los niveles de oxígeno en sangre.

Suena fácil, pero no lo es, por ello recurrimos a varias técnicas y prácticas de ayuda (yoga-pranayama).

En una ocasión, un síncope me impidió lograr uno de mis récords. Mis buzos aseguradores permitieron que regresara a la superficie en 18 segundos, inconsciente, pero con vida. Me reanimaron e impidieron el anegamiento de las vías aéreas. Lo más temido.

¿Cómo te defines como deportista profesional?
Como apneísta, sobreviví los primeros tres años; el resto del tiempo pude lograr excelentes patrocinadores, que me apoyaban para que mi vida solo estuviera dedicada a entrenar, estudiar y hacer todos los récords posibles.

¿Has practicado la apnea en cenotes?
En Playa del Carmen hice algunas inmersiones en cenotes, pero no logró atrapar mi interés. La sensación que tengo en el mar es mística.

Deborah, ¿por qué Cozumel?
Cozumel, es una isla muy marina, pacífica y lejana, pequeña y misteriosa. Acá somos muy calmados y cautelosos; la vida es simple y armónica y eso es lo que buscamos.

Una última pregunta, Déborah, ¿cómo es un día en tu vida?
He trabajado durante siete años, dirigiendo el deporte en Cozumel; me agradó hacerlo, fue honorable y reconfortante tener la posibilidad de aportar mi granito de arena. Me alejé de estas labores para dedicarle tiempo a mi hija más chica.

Soy deportista hasta la ultima célula y nadar se convirtió en mi pasión; lo hago cada día en el mar, en aguas abiertas, adoro la libertad de este mar, sus colores, la paz y la nitidez de sus aguas. Alterno natación en aguas abiertas con gimnasio, pesas, nadar, Hatha Yoga y correr. Un nuevo proyecto se está gestando, pero te lo contaré cuando esté más crecidito.

Fue la noche de Año Nuevo cuando tuve la oportunidad de conocerla. Dos de las primeras cosas que me dijeron de Déborah Andollo antes de platicar con ella esa noche fueron: es y ha sido una deportista de primer nivel, y su alegría cubana se ve a kilómetros de distancia. Creo que no hay mejor descripción que ésa.— JAVIER CABALLERO LENDÍNEZ

Con el mar en la sangre

Con 16 récords en su carrera como apneísta, Déborah Andollo es toda una figura de este deporte extremo.

RÉCORDS MUNDIALES DE DÉBORAH ANDOLLO

- 40 m cuerpo libre – Mayo 1992, Varadero, Cuba
- 50 m cuerpo libre – mayo 1992, Varadero, Cuba.
- 60 m lastre constante – Noviembre 1992, Isla de la Juventud, Cuba.
- 52 m cuerpo libre – mayo 1993, Varadero, Cuba.
- 61 m lastre constante – Junio 1993, Cayo Largo del Sur, Cuba.
- 80 m lastre variable – Febrero 1994, Isla de la Juventud, Cuba.
- 60 m cuerpo libre – Mayo 1994, Isla de la Juventud, Cuba.
- 85 m lastre variable – Noviembre 1995, Isla de la Juventud, Cuba.
- 110 m No Limits – Mayo 1996, Isla de la Juventud, Cuba.
- 62 m lastre constante – Octubre 1996, Cerdeña, Italia.
- 90 m lastre variable – Julio 1997, Cerdeña, Italia.
- 65 m lastre constante – Diciembre 1997, Isla de la Juventud, Cuba.
- 95 m lastre variable – julio 2000, Parghelia, Italia.
- 115 m No Limits – julio 2000, Parghelia, Italia.
- 74 m cuerpo libre – julio 2001, Isla de la Juventud, Cuba (Récord Mundial Absoluto).
- 100 m lastre variable – julio 2002, Isla de Giglio, Italia.

ANATOMÍA DE UNA INMERSIÓN DE APNEA

Qué sucede en el organismo durante la prueba.

Fuente: **Investigación propia** Diario de Yucatán

Los récords se **inyectan** en vena

Metro a metro, la gloria atizaba el orgullo del rival

La apnea o *freediving* nació con un griego, unas libras esterlinas y una licencia para pescar con dinamita.

En junio de 1911, en el Mar Egeo, un barco italiano perdió su ancla, que quedó a 77 metros de profundidad.

Luego de varios días tratando de recuperarla, un buzo se ofreció voluntario. Era Yorgos Haggi Statti, quien aseguró que podía descender 100 metros y aguantar siete minutos sin respirar.

El aspecto de Yorgos no esperanzaba mucho: raquítico, con déficit auditivo, sin una membrana timpánica, con un efisema pulmonar...

Yorgos buscó en la profundidad, sin aletas, sin gafas, con una piedra de 45 kilos atada para bajar más rápido. Y cumplió su promesa.

En la evolución de la humanidad, bucear a pleno pulmón ha sido una tónica, pero con Yorgos comenzaba una nueva historia, la cual continuó en la Segunda Guerra Mundial con los apneístas de combate que buscaban minas o instalaban explosivos en la profundidad y en las embarcaciones enemigas.

El *freediving* moderno comenzó en 1949 con Raimondo Bucher, quien descendió 30 metros. Había impuesto un récord. Dos años después, Enio Falco y Alberto Novelli lograron 35 metros. Bucher reaccionó y llegó a 39. La respuesta de los dos anteriores fue 41 metros. Había comenzado la atractiva guerra por los récords.

En la época de los años 60, cinco nombres propios coparon el deporte con nuevas marcas: Amerigo Santarelli, Enzo Maiorca, Tetake Williams, Robert Croft y el delfín humano, Jacques Mayol. En 1960, Santarelli descendió 44 metros.

Fue el turno de una figura mítica, Enzo Maiorca, quien a finales de ese año bajó a 45 metros. Santarelli recuperó el cetro con 46 metros, pero Enzo lo destrozó con 49.

A la par de Enzo, en los 60, Tetake Williams buceó hasta los 59 metros; luego, Jacques Mayol logró 60 y Enzo recuperó el cetro con 62. Ese mismo año apareció en escena Robert Croft, quien inspiró el personaje de Aquaman, y alcanzó 64 metros sin traje ni máscara ni aletas; esta marca la igualó Enzo Maiorca poco después.

Jacques Mayol seguía en la escena y llegó a 70 metros. Poco después, Croft logró 73. Enzo, un año después, alcanzó los 74 y Mayol recuperó el cetro con 77 metros.

Enzo Maiorca alcanzó 80 metros en 1972. Mayol, los 86 e incluso los 100 en 1976. Se rompía así la barrera mítica de 100 metros. Hoy, este deporte, sigue creando récords y pugnas inolvidables.

FRANCESCO LEONI

Un greco col diavolo in corpo

di RENATA FALANGOLA

Georgios Haggi Statti, l'uomo che nel 1913 ricuperò, a 77 metri di profondità, l'ancora della "Regina Margherita", non sapeva tenere il fiato per più di quaranta secondi, ma sott'acqua resisteva per tre minuti e mezzo

INTERNET

A la izquierda, el gran Enzo Maiorca durante una prueba de apnea. Arriba, la prensa se hace eco del inesperado logro del griego Yorgos Haggi Statti con un ancla

MULTIMEDIA

Escanea el código QR o sigue el link para leer la entrevista completa con Déborah Andollo y ver más fotos:

https://bit.ly/2AMd8ol

yucatan.com.mx

INTERNET

INTERNET

A la izquierda, Jacques Mayol durante una inmersión recreativa. Arriba a la izquierda, Yorgos Haggi Statti, con la piedra atada